

Учредитель:

Министерство спорта
и туризма
Республики Беларусь

Национальный
Олимпийский комитет
Республики Беларусь

Академия физического
воспитания и спорта
Республики Беларусь

Регистрационное свидетельство
Государственного комитета
Республики Беларусь по печати
№1459 от 31 марта 2000 г.

Адрес редакции:

г. Минск,
пр. Машерова, 105, к. 428

Телефоны:

в Минске —
редакции (017) 250-39-36;

корреспондентского пункта
в Гомеле —
(0232) 48-50-66

Подписано в печать 1.03.2001г.
Формат 60x84 1/8. Бумага офсетная.
Печать офсетная. Гарнитура Times.
Усл.-печ. л. 6,97. Тираж 1 000. Заказ №149.
Цена свободная.

Отпечатано
с оригинал-макета заказчика
в ПП ОДО «Полипринт»

Республика Беларусь,
220038, г. Минск, ул. Ботаническая, 5а
Лицензия АП №172 от 11.09.2000г.

*Ежеквартальный
научно-теоретический
журнал*



№1 - 2001

январь – март

Главный редактор

А. А. Кокашинский

Заместитель главного редактора

В. М. Киеня

Редакционная коллегия

Г. П. Алексеенко

Е. Н. Ворсин

А. Б. Иванов

М. Е. Кобринский

М. Б. Юспа

Научный редактор

Т. П. Юшкевич

Физкультурно-спортивное образование

3 К. ЧОРБЭ. Высшее физкультурное образование как процесс управления обучением, воспитанием и развитием студентов.

9 С. БОЙЧЕНКО, Ю. ВОЙНЕР. Программирование спортивной тренировки.

13 Т. ПОЛЯКОВА, М. ПАНКОВА. К вопросу о структуре и содержании подготовки инструкторов-методистов физической реабилитации.

18 В. ГАНОПОЛЬСКИЙ. Туристская деятельность: проблемы терминологии и пути их решения применительно к моделированию и программированию системы туристского образования.

Спорт высших достижений

21 М. КОРБИТ, Я. ВОДИЧАР. Особенности порядка стрельбы по мишеням у биатлонистов и биатлонисток высокой квалификации в соревновательных условиях.

23 А. ВАСИЛЬЕВ. Внешние и внутренние ориентиры при выполнении удара в ворота.

25 С. КОВЕЛЬ. Сравнительный анализ соревновательной деятельности ватерполисток высокой квалификации.

27 Р. МАЛИНАУСКАС. Особенности психических состояний высококвалифицированных спортсменов в циклических видах спорта.

30 И. НАВИЦКИЙ. Как марафонцу избежать болей в спине.

Наука и техника – спорту

33 В. СТРЕЛЬНИКОВ, А. ДОЙЛИДО. Топография мышечной силы как маркер спортивного мастерства фехтовальщиков.

35 И. БЕЛЬСКИЙ. Концептуальные основы специальной силовой подготовки атлетических видов спорта.

39 Д. РУКАВИЦЫН. Современные технологии в спортивной борьбе.

42 В. ЛЕБЕДЕВ, В. ЯРМОЛИНСКИЙ. Новые приборы и технологии оздоровления и спортивной подготовки студентов.

Олимпийское движение

44 А. ИВАНОВ, К. ЗАГОВОРА. Олимпийские академии: новый век – новые задачи.

45 А. КОКАШИНСКИЙ. На пути к олимпийскому образованию.

48 Е. КУЛИНКОВИЧ, Л. ДВОРЕЦКИЙ. Организационные и методические основы Олимпийского воспитания в Республике Беларусь.

50 Список спортсменов Республики Беларусь – чемпионов и призеров Олимпийских игр.

Точка зрения

52 М. КАЗАЧОК. Самооборона как вид спортивно-соревновательной деятельности.

На стыке спорта и искусства

54 В. ПОЛЯКОВА. На перекрестке пластики и актерского мастерства.

Здоровый образ жизни

56 Т. ЮШКЕВИЧ. Движение и здоровье.

59 Л. ЧЕРЕМИСИНА. Ринго в Беларуси.

60 И. БРУСКОВА, В. КОРЗЕНКО, Л. ГОГУНСКАЯ. СПИД можно и нужно остановить.

63 Как снизить уровень холестерина.

Дайджест

64 И. ЗАВЬЯЛОВ. Пить или не пить?

Спортивная библиография

66 Новые книги из фонда библиотеки Академии физического воспитания и спорта Республики Беларусь.

К сведению авторов.

29 Форма предоставления материалов для публикации в журнале «Мир спорта».

И. В. БРУСКОВА, кандидат биологических наук, доцент
В. Н. КОРЗЕНКО, доктор медицинских наук, профессор
Л. В. ГОГУНСКАЯ, старший преподаватель

(Академия физического воспитания и спорта Республики Беларусь)

СПИД МОЖНО И НУЖНО ОСТАНОВИТЬ

*В единстве трех составляющих здоровья человека:
физического, психического и нравственного —
лежит профилактика СПИДа.*

Впервые информация о СПИДе (синдроме приобретенного иммунного дефицита), как о новом заболевании, появилась в научной литературе в начале 80-х годов.

Заболевание посчитали уделом определенных групп населения, практикующих нетипичные формы поведения: неразборчивые половые связи, употребление наркотиков, гомосексуальные отношения.

В 1981 г. число больных СПИДом исчислялось десятками, в 1985 г. их количество возросло до 10 тысяч, а к началу 1998 г. болезнь унесла около 12 миллионов человеческих жизней. Ежедневно вирусом, вызывающим СПИД, заражается более 16 тысяч человек.

Необычность заболевания ВИЧ-инфекции в том, что она поставила проблемы не только перед наукой и здравоохранением, но и перед политиками, юристами, просвещением.

Возбудитель болезни ВИЧ-инфекции - вирус иммунного дефицита человека (ВИЧ) - открыт в 1983 году. ВИЧ-инфекция - это неизлечимое, длительно протекающее инфекционное заболевание, при котором поражается и медленно разруша-

ется иммунная система человека, с неизбежным смертельным исходом. СПИД - последний этап болезни, который проявляется симптомологией многих инфекционных заболеваний и развитием злокачественных опухолей. От момента заражения ВИЧ до возникновения СПИДа проходит 10-12 лет. Единственным источником распространения ВИЧ является зараженный вирусом человек.

Согласно оценке Программы ООН по СПИДу, в настоящее время в мире насчитывается 33,5 млн. ВИЧ инфицированных, 13 млн. из них (взрослых и детей) больны СПИДом.

К сожалению, реальность такова, что болезнь не обошла стороной и нашу республику. Взрывоподобный рост ВИЧ-инфекции, отмеченный за последние 2-3 года на Украине, в России и Республике Беларусь, связан в основном с ростом наркомании.

По количеству выявленных ВИЧ инфицированных Беларусь занимает третье место среди стран СНГ после Украины и России. Однако уровень заболеваемости СПИДом в этих и других странах Восточной Европы пока относительно низкий. Данный факт можно считать достижением профилактичес-

кой деятельности как органов здравоохранения, так и просветительской работы органов просвещения.

На начало XXI века общее число выявленных случаев ВИЧ инфицированных составило в республике 2600 человек. Основное количество из них - это молодые люди от 15 до 29 лет (87,1% от общего числа). До настоящего времени из числа инфицированных умерло 38 человек.

Распространение ВИЧ-инфекции находится в прямой зависимости от культурного, нравственного уровня и поведения молодых людей, от того, насколько они умеют ценить свое здоровье. Всплеск ВИЧ-инфекции показал, что общество не готово противостоять заболеванию. Это было обусловлено невысокой потребностью в здоровом образе жизни, неосознаваемостью последствий своего поведения, малой информированностью по проблеме ВИЧ/СПИД.

При отсутствии вакцины и специальных лекарств единственным методом защиты от ВИЧ-инфекции остается пропаганда знаний о возникновении, путях передачи и мерах защиты от болезни. По этому пути идет

ных обстоятельствах. О том, что в нашей республике есть ВИЧ инфицированные, были осведомлены все опрошенные, но о количестве заболевших или умерших от СПИДа не знали около 40% респондентов.

Среди возможных способов заражения студенты видят опасность в укусах насекомых и животных, а также посещениях, совместно с ВИЧ инфицированными, общественных туалетов, бассейнов и бань.

Наиболее опасными для заражения биологическими средами респонденты обеих групп назвали кровь — 88,7%, сперму — 83,6% и влагалищную жидкость — 71,4%. Некоторые не исключили вероятности наличия вируса в грудном молоке матери, в спинномозговой жидкости, в слюне.

Как показали ответы, опыт сексуальных отношений имели более половины опрошенных студентов-первокурсников. С возрастом, на третьем курсе, этот опыт приобрели более 75% молодежи, что является вполне естественным фактом. Однако отношение к наличию постоянного полового партнера было различным у девушек и юношей. В то время как у большинства девушек отмечалось желание иметь постоянного партнера, у юношей в обеих возрастных группах такое желание выразили около 52% опрошенных.

Особую тревогу вызывает тот факт, что не всегда теоретические знания используются на практике. Большинство респондентов назвали наиболее эффективным средством защиты от СПИДа презерватив.

Между тем, отвечая на вопрос о том, как часто при половых контактах используется это средство, 2/3 имеющих сексуальные отношения ответили отрицательно. При вступлении в сексуальные отношения не боятся заражения СПИДом 23,5%

девушек и 24,1% юношей, никогда об этом не думают 35,3% девушек и 25,8% юношей. Полностью вероятность заражения для себя исключают примерно 50% опрошенных, 32,3% считает заражение маловероятным, однако 23 человека уверены, что всё возможно.

Студенты не испытывают страха при посещении медицинских учреждений, хотя большинство ответили утвердительно о возможном заражении при переливании крови, использовании нестерильных шприцев, стоматологических или других медицинских инструментов.

Тот факт, что даже после прослушивания курса более 10% студентов убеждены в наличии средств излечения СПИДа, 3% не знают об исходе болезни, а 8% считают возможным выздоровление, — однозначно показывает необходимость интенсификации усилий по распространению знаний о СПИДе и его профилактике, использования всех возможных средств и форм информации, проведения общественных мероприятий, конференций, семинаров и т.д.

Сегодня в Республике Беларусь проблема ВИЧ-инфекции рассматривается на высоком уровне. Советом Министров разработана и утверждена Государственная программа по профилактике ВИЧ-инфекции. Программа включает четыре раздела, одним из которых является информационно-просветительское обеспечение.

Просвещение молодежи в вузах, включение в учебные программы специальных циклов по проблеме ВИЧ/СПИД будет, без сомнения, способствовать утверждению и проведению в жизнь данной программы.

В настоящее время просвещение молодежи по вопросам СПИДа — лучший способ предотвращения этой болезни. Оно должно давать ясную, правдивую, точную и, главное, доста-

точно доступную информацию.

На сегодняшний день — это самое эффективное из имеющихся “средств” профилактики СПИДа. Получая базовую информацию, молодые люди смогут принимать более продуманные оптимальные решения о том, как вести здоровый образ жизни.

Известно, что если человек не обладает достаточными знаниями и не имеет навыка принятия решений, он не может вести себя ответственно, действовать благоразумно, т.е. он не может осознать в полной мере последствия своего поведения, если не будет точно знать, какими они могут быть.

Мы надеемся, что в ходе изучения курса “СПИД и его профилактика” студенты смогли:

- получить необходимую информацию, позволяющую принимать разумные и здоровые решения, которые предохранят их от СПИДа;

- развить навыки, необходимые при принятии таких решений;

- понять, что СПИД — болезнь, которая негативно отражается на всех сторонах человеческой жизни, в равной степени касающаяся здоровых и больных людей;

- помочь другим людям получить необходимые знания о СПИДе.

ЛИТЕРАТУРА

1. Покровский В.В. Эпидемиология и профилактика ВИЧ-инфекции и СПИД: Москва, “Медицина”, 1996г.
2. СПИД: Образы эпидемии. ВОЗ. Женева, 1994г.
3. Лысенко В.К. Нравственно-гигиеническое и половое воспитание подростков. — Минск, “Полымя”, 1991г.
4. Здравоохранение в Республике Беларусь. Официальный статистический сборник. — Минск, БелЦНМИ, 1999г.

Contents

Physical culture and sports education

3 K. Chorbe. *Higher sports education as a process of management of training, education and development of the students.*

9 S. Boichenko, Yu. Voiner. *Programming of sports training.*

13 T. Polyakova, M. Pankova. *To the structure and the contents of preparation of the instructors - methodologists of physical rehabilitation.*

18 V. Ganopolsky. *Tourist activity: problems of a terminology and a way of their decision with reference to modeling and programming of system of tourist education.*

Sports of supreme achievements

21 M. Korbit, I. Vodichar. *Features of the order of shooting at targets by biathletes of high qualification in competitive conditions.*

23 A. Vasiliev. *External and internal guiding lines at shots at goals.*

25 S. Kovel. *The comparative analysis of competitive activity of water-polo players of high qualification.*

27 R. Malinauskas. *Features of mental statuses of the highly skilled sportsmen in cyclic kinds of sports.*

30 I. Navitsky. *How can a Marathon runner avoid pains in a back.*

Science and engineering - sports

33 V. Strelnikov, A. Doylido. *Topography of muscular strength as a marker of sports skill of fencers.*

35 I. Belsky. *Conceptual bases of special strength preparation in athletic kinds of sports.*

39 D. Rukavitsyn. *Modern technologies in sports wrestling.*

42 V. Lebedev, V. Yarmolinsky. *New devices and technologies of recreation and sports preparation of the students.*

Olympic movement

44 A. Ivanov, K. Zagovora. *Olympic academies: new century - new tasks.*

45 A. Kokashinsky. *On the way to Olympic education.*

48 E. Kulinkovich, L. Dvoretzky. *Organizational and methodical bases of Olympic education in the Republic of Belarus.*

50 *A list of the sportsmen of the Republic of Belarus - champions and prize-winners of Olympic Games.*

The point of view

52 M. Kazachok. *Self - defense as a kind of sports - competitive activity.*

At the sport and art junction

54 V. Polyakova. *On a crossroads of plastic arts and actor's skill.*

Healthy lifestyle

56 T. Yushkevich. *Movement and health.*

59 L. Cheremisina. *Ringo in Belarus.*

60 I. Brusikova, V. Korzenko, L. Gogunskaya. *It is possible and necessary to stop AIDS.*

63 *How to lower a level of cholesterol.*

Digest

64 I. Zavyalov. *To drink or not to drink?*

The sports bibliography

66 *New books from the fund of the library of Academy for physical education and sports of the Republic of Belarus.*

To the attention of the authors

29 *A presentation form of the materials for publication in «World of Sport» magazine.*

Ответственность за достоверность фактов, цитат, собственных имен, географических названий и прочих сведений несут авторы публикаций.

За содержание рекламных материалов отвечают рекламодатели.